Programme

9h30 - 17h30



EN PRÉSENCE DE

Emmanuelle Rivassoux

DES SOLUTIONS POUR RESTER BIEN CHEZ SOI

4e édition

Salon DU Bien Vieillir

En partenariat avec

ici Mayenne

ouest france

LA MAYENNE
Le Département

Les conférences

10h - 11h

« Protéger ses proches et préparer sa succession »

par Maîtres Axel Brière
et Nicolas ROZEL
Salle des congrès

11h15 - 12h15

Table ronde « Prévention des chutes et sécurité à domicile »

avec May'Autonomie, le SDIS,
la gendarmerie et l'ARS
Salle des congrès

14h - 15h

Comprendre le stress et les émotions autrement

par Solène PAUTREL, naturopathe
Salon partenaire 1

14h - 15h30

Confort, sécurité et design : le trio gagnant du logement de demain

par Emmanuelle RIVASSOUX,
architecte d'intérieur et
Jean-Philippe ARNOUX, Directeur
Silver Economie et Accessibilité
Salle des congrès

15h30 - 16h15

Permis de conduire : format, validité et législation, tout savoir sur les évolutions à venir

par Sabrina GARNIER,
au titre de France Services
Salon partenaire 1

16h - 17h

« Évolutions du sommeil liées au changement d'âge, comment les repérer et les prendre en charge ? »

par le Docteur Cyril LEFAY
Salle des congrès

16h30 - 17h

« Futurs retraités ? Informez-vous sur vos droits et démarches ! »

par la CARSAT et l'AGIRC ARRCO
Salon partenaire 1

Les animations

9h30 - 12h et 13h30 - 16h30

Dépistage auditif par l'UC-IRSA

Réalisez votre audiogramme
en direct avec un professionnel
Salon partenaire 2

9h30 - 15h

Réalisez un parcours sportif avec le Comité Départemental Olympique Sportif

Salle pégase

10h30 - 12h30

Initiation aux gestes qui sauvent

par la Fédération Française
de Cardiologie
Salon partenaire 1

15h30 - 17h

Bougez, dansez et souriez en rythme

avec la Retraite sportive lavalloise
Salle pégase

16h - 17h

Dédicasse Emmanuelle RIVASSOUX

Salle mayenne

Toute la journée

Préservez votre autonomie, faites le point sur vos capacités avec ICOPE !

Avec l'ARS, le Gérontopôle
et l'Inter-URPS
Salle mayenne

Toute la journée

Des jeux pour petits et grands : partagez, jouez, gagner avec le CLEP

Salle pégase

Toute la journée

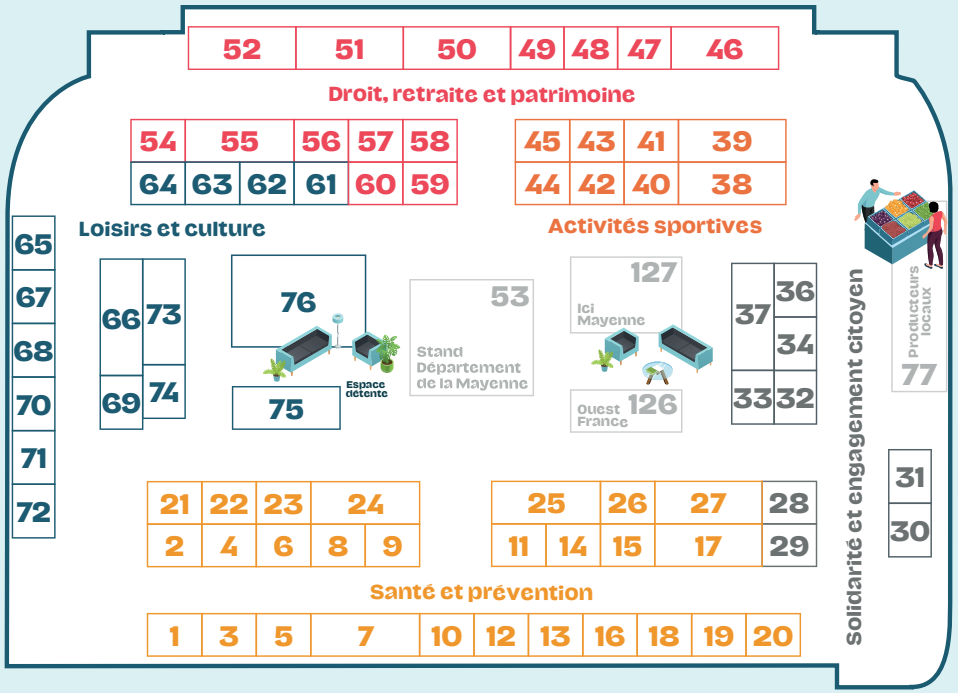
Découvrez la mobilité autrement avec la gamme de vélo adapté d'AFAC Cycles Location

Salle pégase

Restauration possible sur place

de 9h30 à 17h30

Salle Mayenne



Santé et prévention

1. SDIS
2. Présence verte
3. Croix Rouge
4. ASEPT
5. Don May'Greffe
6. Prev'Hygéa
7. CPAM
8. Direction de la transition écologique et du climat du Conseil départemental
9. Ligue contre le cancer
10. UC IRSA
11. Asso Voir Ensemble
12. UNAFAM
13. CPTS
14. Entendre Laval
15. Opticien Mobiles
16. France Parkinson
17. Optic 2000
18. France Alzheimer
19. Prévention routière
20. ACMC
21. Lecture Labiale
22. Genourob
23. CH Ernée
24. Fédé. Cardio Anjou-Maine
25. ARS
26. Audilab
27. Écouter Voir

Solidarité et engagement citoyen

28. L'heure Civique
29. Réso'Ap
30. Ensemble 2 générations
31. Service civique solidarité seniors
32. Petits Frères des Pauvres
33. Secours catholique
34. Bien Vieillir en Mayenne
36. Action solidarité expertise
37. Espace seniors intergénérationnel

Activités sportives

38. Tennis de table
39. Fédération sportive et culturelle
40. Compostelle
41. Siel Bleu
42. EPGV
43. Elan
44. CODERS
45. CDOS

Droit, retraite et patrimoine

46. Groupama
47. Allianz
48. Gendarmerie
49. France Services
50. AGIRC ARRCO
51. CARSAT
52. UDAF
54. Mutualia
55. Harmonie Mutuelle
56. ALTEREGO
57. Crédit Agricole
58. Notaires Grand Anjou
59. CDCA
60. Mayenne Habitat

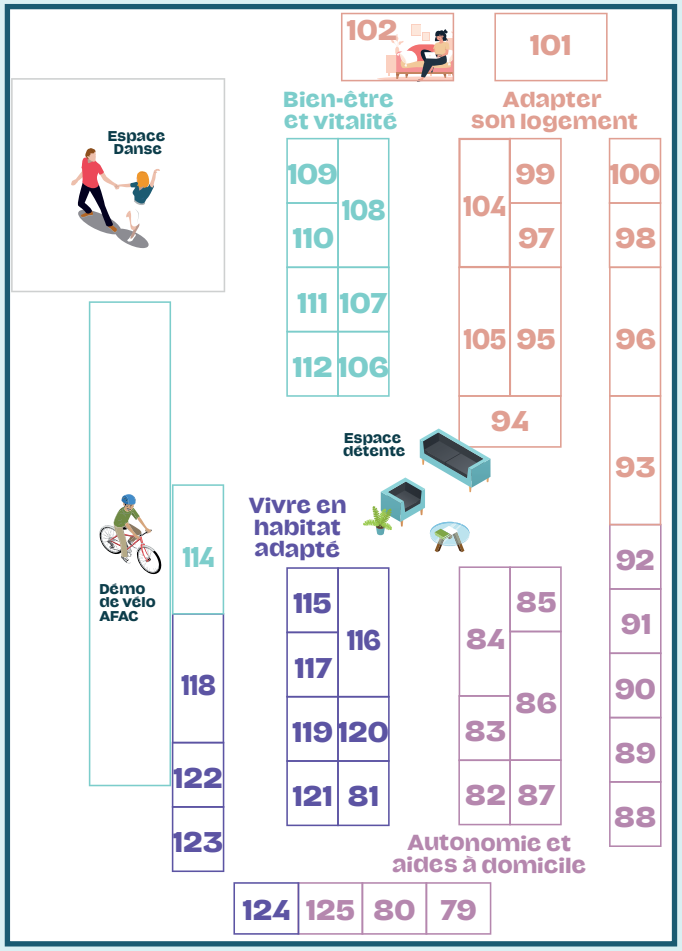
Loisirs et culture

61. Bridge Club
62. Docteur ordinateur
63. Cercle généalogique
64. Richou Voyages
65. Destination Mayenne
66. Maison de quartier Laval
67. Les amis de la Perrine
68. Génération mouvement
69. ORPAL
70. Double Étincelle
71. UTF
72. Callilibris
73. Fédération de pêche
74. BDM
75. Notre Temps
76. CLEP

Partenaires et producteurs

53. Conseil Départemental de la Mayenne
77. Producteurs locaux
126. Ouest France
127. Ici Mayenne

Salle Pégase



Autonomie et aides à domicile

79. ADHAP
80. Menu Services
82. CCAS Mayenne
83. Aid'A Dom
84. ASSMADONE
85. May Autonomie
86. CRT + SASD Laval
87. P3A
88. FEPEM
89. Petits fils
90. CRT Mayenne
91. Vivre Adom
92. ADMR
125. Partage & convivialité

Adapter son logement

93. Laval Santé
94. Médiconseil
95. Mayenne Orthopédie
96. Dom' et vie
97. IDHé
98. Mayenne Fibre
99. Maison des travaux
100. Saint Gobain
101. Cuisine & vous
102. Truck SOLIHA - Appartement témoin
104. SOLIHA
105. Bien chez soi

Bien-être et vitalité

106. Doux la vie
107. Santé au naturel
108. Montsûrs mieux être
109. De la tête aux pieds
110. B'O Resort thermal et spa
111. Santé longévité active
112. Nicolas Leroy Fascias
114. AFAC

Vivre en habitat adapté

81. OUI Seniors
115. Les Bois Précieux
116. RA et EHPAD
117. Béguinage Marie-Blanche
118. Villa Beausoleil
119. Âges et Vie
120. Accueillants familiaux
121. Logis St-Julien
122. Domitys
123. Villa Saint-Fort
124. Les jardins d'Arcadie



LA MAYENNE
Le Département

lamayenne.fr